

Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.
Дата 13.06.2024

Дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	Выход (гр)		калорийность (ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
13.06.24	Завтрак: каша жидкая (гречка) <u>Диета</u> – каша гречка на воде с м/р	150	200/200	151	154
Н1Д4	какао с молоком <u>диета</u> - чай с сахаром	150	180/180	89	107
	Хлеб с маслом <u>диета</u> - зефир	30/10	40/10/1шт	136	176,8
	итого калорийность за завтрак			376	437,8
	10-00 сок/ фрукта	100/100	100/100	40/42	40/42
	<u>обед:</u> огурец свежий	40	50	37,48	56
	суп картофельный с бобовыми <u>диета</u> – суп	150	200	79,95	106,6
	картофельный с курицей				
	макаронник с печенью	160	180	237	351
	компот из сухофрукты	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	35	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			513,4	687,7
	<u>Полдник:</u> конд. изделие	40	40	139,8	209,4
	кисломолочный напиток <u>диета</u> - чай с сахаром	180	200	75	90
	итого калорийность за полдник			214,8	299,4
	ИТОГО: калорийность за день			1144,1	1464,9